

ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ

# Έμφυλη Βία

Τι είναι  
Πώς να βοηθήσεις

**STOP**  
**GENGENDER**  
**BASSED**  
**VIOLENCE**

# Τι είναι...

Έμφυλη βία (Gender-based violence - GBV) είναι η βία που απευθύνεται σε ένα άτομο με βάση το βιολογικό του φύλο ή την ταυτότητα φύλου του.

## "Sex"

Αναφέρεται στα βιολογικά χαρακτηριστικά που καθορίζουν το φύλο ενός ατόμου, όπως τα γονίδια, τα χρωμοσώματα, τα γεννητικά όργανα και τα ορμονικά επίπεδα. Τα δύο βασικά φύλα είναι οι άνδρες (male) και οι γυναίκες (female), αν και υπάρχουν και άλλα διακριτικά φύλα όπως τα διαφυλικά (intersex) άτομα, τα οποία διαθέτουν χαρακτηριστικά φύλου που δεν εμπίπτουν στους τυπικούς ορισμούς των αρσενικών ή θηλυκών σωμάτων.

## "Gender"

Αναφέρεται στους κοινωνικά καθορισμένους ρόλους, τις συμπεριφορές, τις ταυτότητες και τις εκφράσεις που σχετίζονται με το φύλο. Οι ταυτότητες φύλου μπορεί να είναι άνδρες, γυναίκες, ή και άλλες ταυτότητες (όπως non-binary, genderqueer κλπ.), και δεν είναι απαραίτητα δεμένες με τα βιολογικά χαρακτηριστικά.

# Ποια άτομα αφορά;

Στην συντριπτική πλειόνοτητα πλήττονται:

- Γυναίκες και νεαρά κορίτσια
- Μέλη της ΛΟΑΤΚΙ+(LGBTQI+) κοινότητας

# Είδη Έμφυλης Βίας

Σύμφωνα με τους διεθνώς αναγνωρισμένους ορισμούς της έμφυλης βίας, οι βασικοί τύποι της είναι τέσσερις:

Σεξουαλική

Σωματική

Ψυχολογική

Οικονομική

# Μορφές Έμφυλης Βίας

Σωματική

Λεκτική

Εμμονική  
Παρακολούθηση

Εξαναγκαστικός  
Γάμος

Βιασμός

Οικονομική  
Βία

# Μορφές Έμφυλης Βίας

Συναισθηματική  
Κακοποίηση

Σεξουαλική  
Βία

Σεξουαλική  
Παρενόχληση

Εμπορία  
Ανθρώπων

Ακρωτηριασμός  
Γυναικείων  
Γεννητικών  
Οργάνων

Σεξουαλική  
Εκμετάλλευση

# Υποψιάζεσαι κάτι;

Σε ένα ασφαλές περιβάλλον  
δείξε στο άτομο ότι ανησυχείς  
και επισήμανέ του ότι μπορεί να  
σου μιλήσει όποτε το θελήσει.

Αναγνώρισε την εμπειρία  
του ως σοβαρή και  
σημαντική.

Απόφυγε να κάνεις ερωτήσεις  
που ξεκινούν με το "γιατί".

Συνέχισε την επικοινωνία με το άτομο ακόμη και αφού έχει  
μοιραστεί μαζί σου την ιστορία του.

Είναι σημαντικό να νιώσει ότι έχει έναν άνθρωπο που νοιάζεται και  
θα είναι στο πλευρό του.

# Υποψιάζεσαι κάτι;

Διαβεβαίωσε το ότι δεν φέρει ευθύνη για τη βία που υπέστη.

Είναι σημαντικό να αποπνέεις ηρεμία.

Κατάγγειλε στις αρμόδιες αρχές τα γεγονότα και αναζήτησε νομική συμβουλή.

Συμβουλέψου έναν ειδικό αν το ίδιο το άτομο δεν θέλει να κάνετε καταγγελία.



Own your  
**POWER**

# Τι μπορείς να πεις;

"Τι μπορώ να κάνω για σένα;"

"Χαίρομαι που μου μίλησες!"

"Πώς θα ήθελες να σε βοηθήσω;"

"Είμαι εδώ για σένα!"

"Πιστεύω σε σένα!"

"Μπορείς να μου μιλήσεις για οτιδήποτε σε απασχολεί!"



# Χρειάζεσαι στήριξη;

Αγκάλιασε τον εαυτό σου! Να νιώθεις υπερηφάνεια για αυτό που είσαι.

Κάθε φορά που φοβάσαι, να θυμάσαι:

**Δεν σου αξίζει η βία!** Υπάρχουν άνθρωποι που θέλουν να σε στηρίξουν να απαλλαγείς από αυτήν.

Μπορείς να μιλήσεις με έναν εξειδικευμένο σύμβουλο ψυχικής υγείας.

Για περισσότερες πληροφορίες μπορείς να επισκεφτείς τη σελίδα του



# Γραμμές Υποστήριξης

Επικοινωνήσε με την επιστημονική ομάδα του "Γίνε Άνθρωπος" στο 215 215 1011 ή στείλε το μήνυμά σου σε όποια πλατφόρμα επιθυμείς:



[info@gineanthropos.gr](mailto:info@gineanthropos.gr)



Gineanthropos



[gineanthropos](https://www.instagram.com/gineanthropos)



[Gine Anthropos](https://www.linkedin.com/company/gineanthropos)



# Τηλεφωνικές Γραμμές Υποστήριξης

24ωρη Γραμμή SOS: **15900**

Γραμμή Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας: **197**

Γραμμή Ψυχολογικής Στήριξης "Δίπλα Σου": **11528**

Πανευρωπαϊκή Γραμμή Βοήθειας για τη Βία κατά των Γυναικών: **116 016**

